

Liebe Patientin,
lieber Patient,

nachfolgend erhalten Sie einige Informationen über die

Lichttherapie

Die Sonnen- und Himmelsstrahlung ist der wichtigste Umweltfaktor für Mensch, Tier und Pflanzen. Keine andere Umweltbedingung beeinflusst in so reichem Masse das Leben.

Inzwischen haben Wissenschaftler genauer untersucht, dass alle erdenklichen Lebensprozesse durch Sonnenlicht gesteuert und reguliert werden.

Universitäten in der ganzen Welt haben zweifelsfrei nachgewiesen, dass über die Lichtaufnahme durch Augen Signale über das Zwischenhirn an die nachtaktive Zirbeldrüse und die tagaktive Hirnanhangdrüse geleitet werden. Diese Signale regen die Produktion von Hormonen an, den chemischen Botenstoffen, die alle wichtigen Prozesse im Körper steuern.

Groß angelegte Untersuchungen laufen seit einigen Jahren über die Wirkung von Licht auf die menschliche Psyche, wo mit TRUE-LITE Voll-Spektral-Lampen außergewöhnliche Erfolge erzielt wurden. Das Vollspektrumlicht ist in seiner Art einzigartig. Es simuliert praktisch vollständig das Lichtspektrum vom natürlichen Sonnen- und Himmelslicht.

Therapieempfehlungen

Die Lichttherapie ist heute bei **saisonalen Depressionen** SAD eine allgemein erfolgreiche Behandlungsmethode.

Licht hellt ihre Stimmung schneller und nachhaltiger auf als jedes Medikament.

Durch eine einstündige Bestrahlung stellte man fest, dass die depressiven Symptome innerhalb weniger Tage deutlich abnahmen und die Patienten von ihrer Mutlosigkeit und Müdigkeit erleichtert waren.

Kontrollierte Studien haben gezeigt, dass die Lichttherapie auch in den Bereichen

- Nachtarbeit
- Arbeit in geschlossenen Räumen
- Geselligkeit bis tief in die Nacht
- Flüge über die Zeitzonen
- Schlafstörungen

eine wirksame Therapie ist.

Der Preis pro Sitzung beträgt 7 Euro. Es sind üblicherweise 10-15 Sitzungen notwendig.

Möchten Sie weitere Informationen?
Wir beraten Sie gern!

Ihr Praxisteam